

1. Kom ihåg att feedback är färskvara. Ge din feedback direkt eller så snart som möjligt.
2. Rikta din feedback direkt till den person som ska ta emot din feedback. Utvecklande feedback är personlig, aldrig riktad till fler än en i taget.
3. Säg bara vad du verkligen menar. Var hellre tyst än ge falsk feedback.
4. Skilj på person och handling. Ge feedback på vad någon gör inte på vad han eller hon är.
5. Anpassa din feedback efter den person som ska ta emot den. Observera att detta också kan förändras över tid.
6. Den som ger feedback är inte ansvarig för hur eller om den tas emot. Det är den som tar emot feedback som ansvarar för hur/om den tas emot.
7. Den som ger feedback kan välja att först fråga om den andra vill ha feedback eller inte.
8. Säg ”jag”, inte ”man” eller ”vi”. Låt andra tala för sig, du talar för dig.
9. Var saklig och specifik. Beskriv de beteenden du ser/upplever och vilken effekt de har på dig utan att döma, värdera eller generalisera. Om du önskar att den andre ska förändra sitt beteende, beskriv hur.

*När du ger feedback utifrån ovanstående 9 punkter ger du  
en annan människa chansen att utvecklas*